

## Actividades lúdicas

### para el trabajo con habilidades motrices básicas en tiempos de Covid-19

#### *Fun activities for working with basic motor skills in times of Covid-19*

Recibido: 10/12/24

Aceptado: 03/01/25

Publicado: 06/02/25

Julia Elidé Hernández Cahuich<sup>1</sup>

E-mail: [July96\\_hdez@hotmail.com](mailto:July96_hdez@hotmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5770-6504>

Yorisel Oriana Carmenate Figueredo<sup>1</sup>

E-mail: [ycarmenate@ucf.edu.cu](mailto:ycarmenate@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0726-9478>

Joaquín José Parra Pérez<sup>2</sup>

E-mail: [jparra@pampano.unacar.mx](mailto:jparra@pampano.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3823-9303>

Roberto Alexis Vera Orihuela<sup>2</sup>

E-mail: [ravera@ucf.edu.cu](mailto:ravera@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0825-8378>

Roberto Daniel Ferrer Cepero<sup>2</sup>

E-mail: [danielrfc2002@gmail.com](mailto:danielrfc2002@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9962-3586>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma del Carmen. México.

<sup>2</sup>Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez". Cuba.

\*Autor para correspondencia.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Hernández Cahuich, J. E., Carmenate Figueredo, Y O., Parra Pérez, J. J., Vera Orihuela, R. A. y Ferrer Cepero, R. D. (2025). Actividades lúdicas para el trabajo con habilidades motrices básicas en tiempos de Covid-19. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 10, e693. <http://rccd.ucf.edu.cu/index.php/rccd/article/view/693>

#### RESUMEN

La pandemia de COVID-19 experimentada por el mundo a partir del 2019 trajo consigo cambios sustanciales en nuestros estilos de vida, manera de ver y hacer las cosas, de las relaciones interpersonales, el trabajo y, además; el estudio. El proceso de enseñanza aprendizaje se llevó a cabo bajo otra visión, donde la no presencialidad ligada a la virtualidad, jugó un papel determinante. En México, como en el resto del mundo, las asignaturas que recibían los alumnos fueron ubicadas en plataformas virtuales para lograr que llegaran los conocimientos necesarios para continuar su formación. Esta realidad propició que la Educación Física emigrara, de un escenario meramente práctico a un entorno virtual. Por tal motivo, la investigación está concebida con el propósito de diseñar actividades lúdicas que potencien las habilidades motrices en niños de 6-7 años, debido al confinamiento por la COVID-19. Los métodos y técnicas aplicadas permitieron valorar los cambios que tuvieron lugar en los niños de 6 a 7 años del colegio Campo Escuela Joaquín Clausell. Se destaca su valor pedagógico, no sólo desde el desarrollo físico de los alumnos en cuanto a desarrollo de habilidades motrices básicas; sino también, desde su formación cívica con relación a la COVID-19.

#### Palabras clave:

Actividades lúdicas, Habilidades motrices básicas, Confinamiento, COVID-19.

#### ABSTRACT

The COVID-19 pandemic experienced by the world from 2019 brought with it substantial changes in our lifestyles, way of seeing and doing things, interpersonal relationships, work and, in addition; the study. The teaching-learning process was carried out under another vision, where non-attendance linked to virtuality played a determining role. In Mexico, as in the rest of the world, the subjects that the students received were located on virtual platforms to ensure that they received the necessary knowledge to continue their training. This reality led Physical Education to emigrate from a merely practical setting to a virtual environment. For this reason, the research is conceived with the purpose of designing playful activities that enhance motor skills in children aged 6-7 years, due to confinement by COVID-19. The methods and techniques applied made it possible to assess the changes that took place in children from 6 to 7 years of age at the Campo Escuela Joaquín Clausell school. Its pedagogical value is highlighted, not only from the physical development of the students in terms of the development of basic motor skills; but also, from their civic training in relation to COVID-19.

#### Keywords:

Recreational activities, Basic motor skills, Confinement, COVID-19.

## INTRODUCCIÓN

La pandemia por COVID-19 ha impactado seriamente al mundo en todos los sectores de la sociedad. Luego de que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), declarara el brote del nuevo coronavirus, una emergencia de salud pública de preocupación internacional en enero de 2020, los países fueron adoptando medidas para controlar la transmisión e impacto en sectores como la economía y la educación. Medidas comunes aplicadas fue el cierre de instituciones educacionales y la implementación de cuarentenas preventivas a nivel de ciudades o sectores de éstas. La evidencia sugiere que estas medidas demostraron ser efectivas en la reducción de la transmisión y mortalidad de COVID-19 (Auger et al., 2020).

Por su alto poder de transmisión, el aislamiento social se impuso como el camino principal para mantener la salud. Las escuelas detuvieron su actividad, la vida social tuvo un paro en su totalidad y con ellos los niños dejaron de jugar, de encontrarse con sus amigos y de andar en las calles. Para todos en el seno familiar se presentó una crisis para la que muchos, no se encontraban preparados. De igual manera los padres se desorientaron, queriendo encontrar solución posible a las necesidades de sus hijos y limitados por la realidad (Ramírez, 2020).

Sin embargo, el confinamiento requirió esfuerzos mayúsculos en la sociedad, impactando, entre muchos otros aspectos, la movilidad de las personas, la que a su vez fue en desmedro de los ya deteriorados índices de actividad física y sedentarismo de la población en todo el mundo. Sin embargo; niños y niñas necesitan del movimiento para desarrollarse integral y saludablemente. Según Ginsburg et al. (2007), la experiencia más completa de aprendizaje y desarrollo la brinda el juego, pero lamentablemente las limitaciones de desplazamiento impuestas por las medidas sanitarias lo afectaron en gran medida.

Para Mujika y Padilla (2000), el confinamiento generó una serie de problemas a la salud, tanto físicos como psicológicos. La inactividad física es uno de los principales problemas de salud en la actualidad y el confinamiento profundizó aún más los riesgos que conlleva como problemas de salud cardiovascular, obesidad, depresión, varios tipos de cáncer, etc. La actividad física para mantener y mejorar la salud debe ser visto como una política pública no sólo para niños, niñas y adolescentes, sino que para la población general y debe ser abarcado desde una perspectiva integral (educacional, sanitaria, laboral, de transporte, etc.) tanto en confinamiento como una vez que se retornó a las posibilidades relativamente normales de realizar de actividad física, ejercicio y deporte. (Blair, 2009)

Datos a nivel global (Bates, et. al., 2020), indican disminuciones en la actividad física y aumento en la exposición a pantallas. Además, el sueño, factor clave en el desarrollo integral, y particularmente la calidad de éste, se ha visto afectado en los niños y niñas. Estudios como los de Tremblay et al. (2016) revelan que las recomendaciones desarrolladas en Canadá y Australia para niños de 5 a 17 años comparten también dicha concepción. Estas recomendaciones incluyen mensajes específicos para cada grupo de edad y para cada conducta (actividad física,

tiempo sedentario en pantallas y sueño de buena calidad). Si bien se reconoce que es difícil cumplir las recomendaciones durante este contexto de pandemia, se hizo indispensable tomar una actitud proactiva y coordinar esfuerzos para que la pandemia no siguiera afectando negativamente la salud y desarrollo de niños y niñas.

Es debido a todo este contexto que se muestra como una respuesta a las prolongadas y muchas veces estrictas restricciones de movilidad, el que las personas se manifiesten más interesadas y conscientes de la necesidad y los beneficios de la actividad física y el ejercicio (Auger et al., 2020).

Una revisión de 24 estudios sugirió que el impacto psicológico del confinamiento es amplio, sustancial y podría ser duradero, con efectos psicológicos negativos, incluidos síntomas de estrés postraumático, confusión y enojo. Los factores estresores identificados fueron: la duración del confinamiento, temores de infección o reinfección, frustración, aburrimiento, suministro deficiente de alimentos y consumo inadecuado de los mismos, crisis de información inapropiada, pérdidas financieras y estigma social (Brooks et al., 2020).

Niños y niñas necesitan del movimiento para desarrollarse integral y saludablemente. La experiencia más completa de aprendizaje y desarrollo la brinda el juego (Ginsburg et al., 2007), pero lamentablemente las limitaciones de desplazamiento impuestas por las medidas sanitarias lo afectaron. Se observó en los niños un aumento a la dependencia de los objetos electrónicos y dispositivos móviles, lo que, sin una buena orientación familiar es una desventaja para la salud general de los menores.

Estudios como el de Almendra et al. (2021), revelan que el confinamiento modificó la ingesta de alimentos, hacia un patrón alimentario no saludable, reducción de la actividad física e incremento del sedentarismo. Agregan esos autores que otro efecto del confinamiento por la pandemia, fue la disminución de la actividad física en la población, incrementándose de forma importante el comportamiento sedentario, dado a las características del teletrabajo o tele-educación. Esto hace suponer que esta situación afecta a padres y niños de manera directamente proporcional.

Ha sido bien documentado el papel del sobrepeso, la obesidad y enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición en el desenlace de infección por SARS-CoV-2, incrementando el riesgo de morbilidad y mortalidad (Földi et al., 2020), por lo que este es un elemento que sumado a la cultura nutricional de los niños en México es un factor que sin lugar a dudas aparece y al que mediante la actividad física se le puede hacer frente.

Esta situación se corrobora en la investigación de Cabrera (2020), quien analiza la actividad física en el hogar como fenómeno mediático, para luchar contra los desequilibrios emocionales del confinamiento y de mantenimiento de la salud. Afirma el autor que, ante esta situación de encierro, proliferaron diferentes programas de ejercicios de todo tipo y en diferentes plataformas y medios de comunicación. Algunas de estas plataformas vieron incrementado el número de usuarios y reproducciones, siendo estos valores, indicadores objetivos del interés por la práctica del ejercicio físico en momentos de reclusión obligatoria en el hogar.

La virtualidad dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje llegó a ser imperativa debido a la pandemia del COVID-19, y ello se generaliza en todas las asignaturas en los diferentes niveles educativos, aunque tengan un componente práctico mayor o menor. En este contexto se incorporó la Educación Física, que por su propia concepción necesita de una estrecha vinculación de actividades teóricas y prácticas que conlleven al óptimo cumplimiento del proceso educativo y de la obtención de los resultados esperados conforme a los objetivos de desempeño a lograr por los estudiantes.

Se requiere entonces, como elemento importante, considerar al docente como una variable determinante en el logro de resultados positivos en la vinculación de la Educación Física a la virtualidad. Otro aspecto que debe valorarse es el relacionado con el papel integrador en la acción de enseñar valores y actitudes; ya que si bien es cierto era prácticamente fácil de alcanzar en la presencialidad, dado que es precisamente a través del juego que los estudiantes aprenden las habilidades sociales, en condiciones de no presencialidad se requiere pensar y desarrollar acciones sobre cómo lograrlo. Es por ello que el docente debe trazar las estrategias didácticas necesarias para que, dentro del proceso de enseñanza de la Educación Física en la modalidad virtual, pueda mantenerse también el carácter lúdico, e ir incorporando las acciones necesarias que permitan lograr el desarrollo de valores. Para ello resulta fundamental el perfeccionamiento de la creatividad como competencia esencial a alcanzar por los docentes.

Como otro de los elementos a resaltar, que es de vital importancia; es el apoyo de la familia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que la triada: escuela-comunidad-familia jugó un papel determinante en esta nueva realidad. Como ejemplo para esta intervención, existen abordajes realizados en el ámbito de la educación física en educación primaria, que utilizaron la tecnología y ambientes virtuales, mejorando hábitos de salud y aumentando la actividad física en el estudiantado (Bezcopylnyi et al., 2020; Oleniev, 2020).

La investigación llevada a cabo por Carrasco et al. (2021), estuvo encaminada a la revisión de 25 fuentes, lográndose la identificación de 15 estudios potencialmente relevantes que contribuyeron a sistematizar las estrategias seguidas sobre la importancia de la aplicabilidad de los fundamentos pedagógicos de la Educación Física para su enseñanza-aprendizaje mediante la modalidad virtual, sin dejar de ser conscientes que lo primordial no es la tecnología como tal, sino el uso que podemos hacer de ella dentro del proceso educativo. Enfatizan en que migrar de la modalidad presencial a la virtual, constituye un gran reto, provocando la necesidad de potenciar en tiempo récord el desarrollo de competencias y habilidades didácticas-metodológicas en los docentes y estudiantes, los cuales tienen que hacer más coherente la relación entre su praxis diaria y los fundamentos pedagógicos para el desarrollo del proceso de enseñanza -aprendizaje de la Educación Física.

En México, como muchos de los países que fueron víctima de la COVID-19, las materias se organizaron en plataformas online para dar seguimiento al curso académico, de modo que la Educación Física, que en su esencia es

práctica y requiere en su desarrollo de la relación entre los alumnos, pasó a un entorno virtual. Esta realidad en la sociedad mexicana se complejiza por la posibilidad del incremento de problemas de salud asociado a enfermedades crónicas no trasmisibles por las altas prevalencias de sedentarismo, sobrepeso y obesidad, disminuyendo la calidad de vida de los niños y niñas de educación primaria (Aguilar et al., 2019).

Se identifica entonces, desde el ámbito educativo, según Hall et al. (2019), las potencialidades del profesor de educación física para coadyuvar en la solución de la problemática al ser considerado un profesional que, en el contexto educativo y de salud pública, está capacitado para orientar la disminución del sedentarismo.

Es por ello que el propósito de la investigación fue crear una cultura de actividad física en niños de edades entre 6 y 7 años teniendo en cuenta la necesidad de la práctica de actividad física para la adquisición de hábitos, habilidades y capacidades físicas tan importantes en el mantenimiento de la salud y la calidad de vida. En este sentido, la elaboración de una propuesta de actividades lúdicas que pudieran realizarse en casa debido al confinamiento por la COVID-19 y supervisadas por los padres, permitió; una vez llegada la nueva normalidad al escenario social, continuar el proceso de perfeccionamiento de habilidades y capacidades físicas que respondieran a los objetivos trazados por la Educación Física como asignatura para este grupo de edades.

A través de una propuesta de actividades lúdicas se quiso llegar a los alumnos, para que consolidaran sus habilidades motrices, por lo tanto; estuvo dirigida a toda la comunidad escolar, aunque las particularidades estuvieron dadas por el ritmo de aprendizaje de cada uno. Por consiguiente, se aplicó un tipo de investigación que permitió evaluar el aprendizaje por parte de los padres, quienes estuvieron supervisando el proceso; el docente fue el encargado de la planificación, dosificación y evaluación general de los alumnos.

Lo anteriormente expuesto condujo a la necesidad de evaluar la contribución de las actividades lúdicas propuestas, en la consolidación de habilidades motrices en niños de 6 a 7 años del colegio Campo Escuela Joaquín Clausell durante la etapa de confinamiento por la COVID-19, constituyendo el objetivo de la presente investigación.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Para la investigación se emplearon métodos teóricos y empíricos. El histórico-lógico y el analítico-sintético permitieron realizar un acercamiento a los referentes teóricos y antecedentes de la aplicación de actividades físicas durante la etapa de confinamiento por COVID-19 y el análisis de la información relacionada con las habilidades motrices de los niños de 6 a 7 años y la posibilidad de desarrollarlas desde el confinamiento por COVID-19.

Mediante el análisis de documentos se revisaron documentos normativos con el objetivo de recoger información acerca del desarrollo de las habilidades motrices en niños de 6 a 7 años, su dosificación, planificación y evaluación. La observación permitió valorar el desarrollo de las habilidades

motrices (caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar, girar, transportar, equilibrarse y cuadrupedia) en niños de 6 a 7 años. Para el análisis estadístico se utilizó la distribución empírica de frecuencia.

Para la evaluación de habilidades motrices básicas, se asume por los autores la escala evaluativa propuesta por Torres et al. (2021). Esta escala sugiere tres indicadores para la evaluación de las habilidades motrices teniendo como referencia la observación: lograda, en proceso y no lograda. La estructura general de la propuesta está marcada por los siguientes elementos que se presentan en la Fig. 1 y 2.

Fig. 1: Estructura de las actividades lúdicas propuestas.



Fuente: Elaboración propia.

Fig 2: Actividades lúdicas propuestas.



Fuente: Elaboración propia.

Otro elemento distintivo que caracterizó la propuesta fue la vinculación de los contenidos físicos con los cognoscitivos del resto de las materias que recibe el niño en el segundo grado. Esto permitió la relación intermaterias para contribuir al desarrollo integral del niño. Su concepción general giró en torno a la educación e instrucción acerca del COVID-19 por lo que uno de los impactos esperados fue la actitud responsable del niño frente a la situación pandémica. La propuesta estuvo conformada por 5 actividades lúdicas.

Aunque para el período de confinamiento fueron instituidas plataformas específicas en el colegio, con el objetivo de la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, en la investigación; para establecer comunicación con padres y alumnos, se utilizó el whatsapp al ser más viable

por parte de los participantes. Esto posibilitó una comunicación directa y en tiempo real para las sugerencias y recomendaciones.

La investigación es de tipo longitudinal, al realizarse las mediciones a lo largo de cierto periodo de tiempo, en diferentes momentos, se enmarcó en un diseño pre-experimental con pre-test y post-test al mismo grupo. Tiene como escenario el colegio Campo Escuela Joaquín Clausell. Esta institución posee un solo grupo de 2do grado, con una matrícula de 14 niños, por lo que para esta investigación este universo constituyó la población. Utilizando un muestreo no probabilístico (Otzen y Manterola, 2017), se eligió como muestra al 100% de estos niños.

En este caso, fue un muestreo aleatorio simple, que garantizó que todos los individuos que componían la población tuvieran la misma oportunidad de ser incluidos en la muestra. La cantidad estuvo determinada por los 14 niños, divididos en 6 niñas y 8 niños, con edades comprendidas entre los 6 y 7 años. Es necesario destacar que se eliminaron 2 niños del estudio, debido a que sus padres no dieron el consentimiento para participar en la investigación al alegar que debían trabajar y no disponían del tiempo necesario para realizar las actividades de conjunto con su hijo. Por tal motivo, la muestra se vio reducida a 12 niños, de ellos 6 niñas y 6 niños.

A partir de lo planteado en los documentos rectores de la Secretaría de Educación Pública (SEP), sobre el rol de docente como "observador pedagógico de los desempeños motores de sus estudiantes y las formas en que manifiestan avances", se consideró la aplicación de un "registro de observación acerca de las actitudes y desempeños mostrados en las actividades" (SEP, 2017, p.171).

Para la recolección de los datos se utilizó una ficha de observación, confeccionada con el objetivo de recolectar los datos antes y después de aplicadas las actividades lúdicas propuestas. Para su elaboración se tuvo en cuenta lo descrito en el documento normativo de la SEP y se validó con anterioridad mediante estudio piloto realizado al 10% de la muestra.

En un primer momento se valoró el desarrollo de las habilidades motrices, lo que se tomó como resultados del pre-test, durante la aplicación de las actividades lúdicas los padres fueron evaluando las habilidades lo que sirvió de retroalimentación para su perfeccionamiento. Al finalizar el tiempo establecido para la aplicación de las actividades lúdicas se realizó una evaluación final que fue tomada como resultado del post-test.

Para el análisis estadístico de los datos se conformó una tabla de frecuencia por cada ítem de la ficha de observación. La comprobación de hipótesis se realizó mediante la prueba de hipótesis no paramétrica (prueba de los signos), pues las variables en estudio tienen como características el ser discretas ordinales de rango estrecho. Además, el nivel de significación, es decir, la probabilidad de cometer un error es de 0,05.

$H_0$ : no existen cambios significativos entre el pre-test y post-test de las pruebas en estudio.

$H_1$ : si existen cambios significativos entre el pre-test y post-test de las pruebas en estudio

La regla de decisión para contrastar las hipótesis se determina con el nivel de significación ( $p$ ,  $p$  valor y significatividad), hallado de la siguiente manera:

Si valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula ( $H_0$ ) Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula ( $H_0$ ).

Los datos fueron procesados mediante el SPSSv25. Durante el trabajo de investigación se aplicó en dos momentos la ficha de observación; al inicio como parte del diagnóstico inicial y para tener elementos de rigor antes de aplicar la propuesta de actividades lúdicas y posteriormente, en un segundo momento para valorar los resultados de su aplicación.

**Tabla 1:** Resultados de pre-test.

Pre-test									
Evaluación	Prueba 1	Prueba 2	Prueba 3	Prueba 4	Prueba 5	Prueba 6	Prueba 7	Prueba 8	Prueba 9
Lograda	9 75%	9 75%	6 50%	5 41,7%	6 50%	4 33,3%	4 33,3%	6 50%	6 50%
En proceso	3 25%	3 25%	2 16,7%	3 25%	6 50%	5 41,7%	8 66,7%	3 25%	3 25%
No lograda	0 0%	0 0%	4 33,3%	4 33,3%	0 0%	3 25%	0 0%	3 25%	3 25%

Fuente: Elaboración propia.

En la prueba # 1 se observa si los(as) niños(as) logran caminar con diferentes ritmos, obteniéndose que de los 12 niños(as) en estudio, 9, lograron este movimiento, lo que representa el 75% y 3 de ellos, para el 25%, se encuentran en proceso. El valor que más se repite es logrado. En esta prueba se revela como deficiencia que los niños(as) en ocasiones no responden a las exigencias de la tarea motriz pues no logran coordinar la frecuencia y el tempo con la habilidad motriz básica caminar.

En la prueba # 2 se observa si los(as) niños(as) son capaces de correr hacia diferentes direcciones, obteniéndose que de los 12 niños(as) en estudio, 9, lograron este movimiento, lo que representa el 75% y 3 de ellos, para el 25%, se encuentran en proceso. El valor que más se repite es logrado. En esta prueba se observa que entre las dificultades que presentan los niños(as) que no logran ejecutar correctamente la habilidad motriz básica pudieran presentar problemas en la orientación espacial.

En la prueba # 3 se muestra si los(as) niños(as) logran saltar con uno o ambos pies con desplazamiento, los resultados expresan que 6 de ellos, (50%), lo logran, 2 lo tienen en proceso, para el 16,7% y 4 niños(as) no lograron ejecutar esta acción motriz. El valor que más se repite es logrado. La principal deficiencia estuvo en mantener el desplazamiento mediante el salto.

En la prueba # 4 se observa si el (la) niño(a) realiza cuadrupedia por debajo de obstáculos, se observa que 5 niños(as), lo lograron, para el 41,7%, 3 de ellos, se encuentran en proceso, lo que representa el 25% y 4 no lograron realizar esta acción motriz con el 33,3%. El valor que más se repite es el logrado. Las deficiencias que se detectaron

## RESULTADOS-DISCUSIÓN

Las pruebas se aplicaron en dos momentos, al inicio; antes de implementar las actividades lúdicas, con el objetivo de conocer el desarrollo de las habilidades motrices que presentaban los niños (as) y en un segundo momento para comparar la evolución de los mismos y ver la efectividad de la propuesta.

Para el análisis estadístico de los datos se utilizaron las tablas de frecuencia, lo que permitió analizar el número de veces que aparece repetido cada dato, así como, el comportamiento porcentualmente. También se utilizó la moda como medida descriptiva de posición. Las categorías evaluativas asumidas son: lograda, en proceso y no lograda.

están dadas por la imposibilidad de coordinar brazos y piernas en la acción y tener la percepción de la altura del obstáculo a vencer.

En la prueba # 5 se observa si los(as) niños(as) pueden equilibrarse con y sin objetos, obteniéndose que de los 12 niños(as) en estudio, 6 lograron este movimiento, y 6 se encuentran en proceso, lo que representa el 50% respectivamente. Los dos valores poseen el mismo porcentaje. En esta prueba aún siguen como deficiencias que los(as) niños(as) no logran estabilidad al ejecutar esta acción motriz.

En la prueba # 6 se observa si el (la) niño(a) logra lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts), 4 lograron el movimiento, para el 33,3%, 5 de ellos, se encuentran en proceso, lo que representa el 41,7% y 3 no lograron realizar esta acción con el 25%. El valor que más se repite es en proceso. Las deficiencias que se detectaron están dadas por la inexactitud en acertar al objetivo, a pesar de tener fuerza en el brazo.

En la prueba # 7 se muestra si los (as) niños(as) lanzan y atrapan pelotas desde diferentes posiciones y direcciones, donde 4 de ellos, 33,3%, logran esta acción motriz y 8 lo tienen en proceso, para el 66,7%. El valor que más se repite es en proceso, las deficiencias que se observan están dadas porque en ocasiones no son capaces de atrapar la pelota sin que esta caiga al suelo.

En la prueba # 8 se observa si los(as) niños(as) logran girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones, obteniéndose que de los 12 niños(as) en estudio, 6 lograron este movimiento, lo que representa el 50% y 3 de ellos, para el 25% en cada caso, se encuentran en proceso y no lograda. El valor que más se repite es logrado. En esta

prueba aún se observan como deficiencias la estabilidad al terminar el salto lo que evidencia problemas en el equilibrio.

En la prueba # 9 se observa si los(as) niños(as) logran transportar objetos pequeños y medianos, obteniéndose que de los 12 niños(as) en estudio, 6 lograron este movimiento, lo que representa el 50% y 3 de ellos, para el 25% en cada caso, se encuentran en proceso y no logrado. El valor que más se repite es logrado. En esta prueba aún se observan como deficiencias la capacidad del niño(a) para transportar en un mismo momento objetos de pequeño o mediano tamaño.

**Tabla 2:** Resultados del post-test.

Evaluación	Pre-test								
	Prueba 1	Prueba 2	Prueba 3	Prueba 4	Prueba 5	Prueba 6	Prueba 7	Prueba 8	Prueba 9
Lograda	12 100%	12 100%	8 66,7%	8 66,7%	8 66,7%	7 58,3%	9 75%	9 75%	9 75%
En proceso	0 0%	0 0%	4 33,3%	4 33,3%	4 33,3%	5 41,7%	3 25%	3 25%	3 25%
No lograda	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%

Fuente: Elaboración propia.

En la prueba # 1 y # 2 se observa que los(as) 12 niños(as) en estudio lograron este movimiento (100%). En la prueba # 3, # 4 y # 5 a pesar de que más del 60% logró el movimiento aún se debe trabajar en el equilibrio de los niños(as) al realizar los saltos, en la percepción de la altura de los obstáculos y la coordinación entre brazos y piernas.

En la prueba # 6 y # 7, a pesar de que más del 50% logró el movimiento aún se debe trabajar en la precisión de los lanzamientos y por solucionar las deficiencias en el atrape afectivo de los objetos luego de un lanzamiento. En la prueba # 8 y # 9, a pesar de que el 75% logró el movimiento aún se debe trabajar en el equilibrio al realizar los giros y en la capacidad de transportar los objetos a partir de la percepción del niño de agruparlos correctamente para su traslado.

Después de aplicada la propuesta de actividades lúdicas se evidencia un salto significativo en cada uno de los niños(as), ya sea por el paso de una evaluación de no lograda a en proceso, como de la evaluación en proceso a lograda. Para apreciar si estos cambios son significativos se aplicaron también las pruebas de hipótesis no paramétricas (prueba de los signos).

**Tabla 3:** Resultados de la prueba de los signos de las pruebas 3, 4, 6, 8 y 9.

Pruebas	Prueba de los signos				
	Prueba 3	Prueba 4	Prueba 6	Prueba 8	Prueba 9
Significación exacta (bilateral)	0,031	0,016	0,031	0,031	0,031

Fuente: Elaboración propia.

Con la aplicación de esta prueba no paramétrica se demuestra que existieron cambios significativos en el pre-test

Al hacer una valoración cualitativa, de forma general, se puede observar en el registro de los datos recogidos, que las mayores dificultades en el pre-test se observan en las variantes de las habilidades motrices básicas: saltar, cuadrupedia, lanzar, girar y transportar. De forma individual los alumnos con mayores dificultades fueron el 2, 5, 10 y 11. Se hace necesario resaltar que el alumno 8 posee un óptimo desarrollo de las habilidades motrices básicas evaluadas. El resto de los alumnos ubican al menos una variante de las habilidades motrices entre las categorías evaluativas en proceso y no lograda.

y el post-test, de las pruebas 3, 4, 6, 8 y 9, ya que los resultados que arrojaron las pruebas son menores que el estadígrafo establecido es de (0,05). Rechazando la hipótesis nula y aceptando la alternativa, que plantea que sí existen cambios significativos entre el pre-test y post-test.

Mientras que en las pruebas 1, 2, 5 y 7, se acepta la hipótesis nula que plantea que no existen cambios significativos entre el pre-test y post-test, ya que los valores obtenidos son mayores que el estadígrafo establecido (0,05), tal como lo muestra la Tabla 4.

**Tabla 4:** Prueba de los signos de las pruebas 1, 2, 5 y 7.

Pruebas	Prueba de los signos				
	Prueba 3	Prueba 4	Prueba 6	Prueba 8	Prueba 9
Significación exacta (bilateral)	0,250	0,250	0,500	0,063	0,031

Fuente: Elaboración propia.

Una valoración cualitativa de este resultado permite asegurar que estas habilidades motrices básicas se encontraban en mejor desarrollo antes de aplicada la propuesta.

## CONCLUSIONES

El diseño de la propuesta de actividades lúdicas estuvo dirigida al trabajo con las habilidades motrices básicas en niños de 6-7 años durante la etapa de confinamiento por la COVID-19. Tiene en consideración los elementos que distinguen la descripción de los juegos, potencia la relación familia –comunidad-escuela y posee orientaciones a los padres como parte activa en el proceso. Su aplicación durante la etapa de confinamiento por la COVID-19 se caracterizó por la participación de los niños(as) como sujetos principales del proceso, con acompañamiento de

los padres y asesoramiento de los investigadores. Los resultados de la aplicación de las pruebas no paramétricas revelan que existieron cambios significativos en el pre-test y el post-test.

La contribución del programa de actividades lúdicas, supervisadas por los padres, está dada en los resultados obtenidos en la consolidación de habilidades motrices en niños de 6 a 7 años del colegio Campo Escuela Joaquín Clausell durante la etapa de confinamiento por la COVID-19; además, se resalta el valor educativo de la propuesta pues ella contribuyó a la formación cívica y ciudadana de padres e hijos para enfrentar la nueva normalidad marcada por un nuevo estilo de vida impuesto por la pandemia.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar Cordero, M., Rodríguez Blanque, R., Menor Rodríguez, M., Guisado Barrilao, R., León Ríos, X. y Sánchez López, A. (2019). Influencia de la actividad física sobre la calidad de vida de los niños con sobrepeso u obesidad. *Salud Pública de México*, 61(4), 550-551. <https://doi.org/10.21149/10013>.
- Almendra Pegueros, R., Baladía, E., Ramírez Contreras, C., Rojas Cárdenas, P., Vila Martí, A., Osorio, J. M., Apolinar Jiménez, E., Lazzara López, A., Buhning Bonacich, K., Nessier, M. C., Martínez Vázquez, S. E., Camacho Lopez, S., Zambrana Vera, A., Martínez López, P., Raggio, L. M. y Navarrete Muñoz, E. M. (2021). Conducta alimentaria durante el confinamiento por COVID-19 (CoV-Eat Project): protocolo de un estudio transversal en países de habla hispana. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 4(1). <https://doi.org/10.35454/rncm.v4n3.267>.
- Auger, K. A., Shah, S. S., Richardson, T., Hartley, D., Hall, M., Warniment, A., Timmons, K., Bosse, D., Ferris, S. A., Brady, P. W., Schondelmeyer, A. C. y Thomson, J. E. (2020). Association between Statewide School Closure and COVID-19 Incidence and Mortality in the US. *JAMA*, 324(9), 859-870. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.14348>.
- Bates, L.C., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J.B., Kerr, Z.Y., Hanson, E.D., Barone Gibbs, B., Kline, C.E. y Stoner, L. (2020). COVID-19 Impact on Behaviors across the 24-Hour Day in Children and Adolescents: Physical Activity, Sedentary Behavior, and Sleep. *Children. Basel*, 7(9). <https://doi.org/10.3390/children7090138>.
- Bezokopylnyi, O., Bazylchuk, O., Sushchenko, L., Bazylchuk, V., Dutchak, Y. y Ostapenko, H. (2020). Peculiarities of application of interactive educational technologies in training of future teachers of physical culture to work with health protection in secondary school. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(S1), 291-297. <https://efsu-pit.ro/images/stories/febru-arie2020/Art%2040.pdf>.
- Blair, S. N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British Journal of Sports Medicine*, 43(1), 1-2. <https://doi.org/10.1136/bjism.2009.059360>.
- Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. y James Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
- Cabrera, E. A. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 209-220. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v2.1828>.
- Carrasco Coca, O. R., Caicedo Merizalde, J. G., Savedra Valdiviezo, O. A. y Ochoa Sangurima, V. L. (2021). Fundamentos Pedagógicos para la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en Modalidad Virtual: Un reto actual. *Ciencia Digital*, 5(1), 232-251. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v5i1.1542>.
- Földi, M., Farkas, N., Kiss, S., Zádori, N., Vánicsa, S., Szakó, L., Dembrovsky, F., Solymár, M., Bartalis, E., Szakács, Z., Hartmann, P., Pár, G., Eross, B., Molnár, Z., Hegyi, P. y Szentesi, A. (2020). Obesity is a risk factor for developing critical condition in COVID-19 patients: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Review*, 21, e13095, 1-9. <https://doi.org/10.1111/obr.13095>.
- Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>.
- Hall López, J. A., Ochoa Martínez, P. Y., González, C. y Fernández Ozcorta, E. J. (2019). Clases de Educación Físicas activas mediante evaluación SOFIT. E-motion. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (13), 31-42. <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/17268>.
- Mujika, I. y Padilla, S. (2000). Detraining: Loss of Training-Induced Physiological and Performance Adaptations. Part I. *Sports Med* 30, 79-87. <https://doi.org/10.2165/00007256-200030020-00002>.
- Oleniev, D. (2020). Research of health-preserving technologies in the system of physical education of students. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University*, 2(122), 130-134. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.2\(122\).26](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.2(122).26).
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Timeline: WHO's COVID-19 response*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/interactivetimeline#-category-Leadership>.
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232.

Ramírez Gómez, B. (2020). Aspectos que los padres de adolescentes deben tener en cuenta en su atención integral a estos en tiempo del coronavirus. *Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica*, 1(3). <https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/vol-1-numero-3-octubre-2020/atencion-tiempo-coronavirus>.

Secretaría de Educación Pública (SEP). (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Física. Educación básica. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación*. [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica\\_Digital.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf).

Torres Campos, E., Ortíz Guadalupe, L. E., Carmenate Figueredo, Y. O. y Toledo Sánchez, M. (2021). Estimulación motriz en niños con discapacidad intelectual. Propuesta de actividades motrices. *Universidad y Sociedad*, 13(4), 378-388. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2177>.

Tremblay, M. S., Carson, V., Chaput, J.P., Connor Gorber, S., Dinh, T., Duggan, M., Faulkner, G., Gray, C. E., Gruber, R., Janson, K., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Kho M. E., Latimer Cheung A. E., LeBlanc, C., Okely, A. D., Olds, T., Pate, R. R., Phillips A., Poitras, V. J., Rodenburg, S., Sampson, M., Saunders, T. J., Stone, J. A., Stratton, G., Weiss, S. K. y Zehr, L. (2016). Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth: An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Sleep. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 41(6) (Suppl. 3), 311-327. <https://doi.org/10.1139/apnm-2016-0151>.